

ACTIVIDADES DIRIGIDAS

	LUNES		MARTES		MIÉRCOLES		JUEVES		VIERNES		SÁBADO	DOMINGO		
	O1	O2	O1	O2	O1	O2	O1	O2	O1	O2	O1			
7:15		Yoga Luci	Stretching Luci		Movility Sebastián		B.Balance Luci		Movility Sebastián					
8:15	Circuit Training Chema			Spin Paco	Circuit Training Sebastián			Spin Toni	B.Pump Andrea Rodríguez					
9:30	Zumba Carmina	Pilates Mónica	Aqua Gym Eva	B.Balance Luci	Hipopresivos Marta	Pilates Mónica	Aqua Gym Eva	Zumba Cristina Castillo	B.Balance Luci	B.Pump Andrea Rodríguez	B.Balance José	Aqua Gym Eva		
10:00		Box José			Zumba 90' Naiara									
10:30	Pilates Mónica		Spin Paco	Aquaterapia Eva	GAP Mónica	Yoga Luci		Spin Toni	Aquaterapia Eva	Fuerza y Equilibrio José	Yoga Luci	Pilates Mónica	Spin Paco	Aquaterapia Eva
11:00							Box José			Yoga Luci		B.Pump Sebastián	Spin Christian	
11:30				B.Balance Luci				B.Balance Mónica	Yoga Luci					
12:00												Spin Christian	Spin Paco	
14:30	Fuerza y Equilibrio Olga	Pilates Mónica	Spin Manu	B.Pump Paula	Yoga Luci	Spin Cesar	Circuit Training José	Pilates Mónica	Spin Manu	B.Pump Andrea Rodríguez	B.Balance Luci	Spin Toni	Circuit Training José	Hipopresivos Marta
15:30	Pilates Mónica				Hipopresivos Marta		Fuerza y Equilibrio José			Spin Toni	B.Balance José			
18:00				Aqua Gym Paula				Aqua Gym Paula						
18:30	B.Balance Mónica		Box José	GAP 30' Andrea Cebrián	Yoga Dulce		Zumba Andrea Cebrián	B.Balance Cristina Barrachina		Fuerza y Equilibrio José	Yoga Dulce	Pilates Andrea Rodríguez		Aqua Gym Carmina
19:00				Aqua Gym Paula	A.B.D. 30' Andrea Cebrián	Spin Paco			Box José	Aqua Gym Paula		Spin M. Ángel		
19:30	Pilates Irina	Circuit Training Mónica	Spin 90' Rebeca	Zumba Andrea Cebrián	Yoga Dulce		Pilates Irina		Spin 90' Toni	B.Balance José	Yoga Dulce	B.Balance Andrea Rodríguez		Spin M. Ángel
20:00														
20:30	Pilates Irina			B.Pump Rebeca			Pilates Irina			B.Pump Rebeca				

Actividad con reserva previa con la APP mywellness

